

పాగాకు గోదాములు
(1 వ పేజీ తరువాయి)

మిర్చి ఎగుమతి
మిర్చిని సహజాగత అవకాశంగా ఎగుమతి
చేయడం జరుగుతున్నది. మధ్య అసిస్టాంట్ సో
లరజనా ద్వీప ఎగుమతి చేస్తున్నారు.
అయితే మన మిర్చిని బ్రిటీష్ లో "సాస్"
నుండి మంచిగానే వస్తున్నది.

ఏట్టుకూరివారి కవితలో సొగసులు

Abstract The purpose of this study was to examine the effects of a 12-week, 3-day-per-week, 30-min resistance training program on the muscle strength and endurance of 12-year-old girls. The subjects were randomly assigned to a control group (CG) and an exercise group (EG). The EG performed a 12-week, 3-day-per-week, 30-min resistance training program. The CG performed no resistance training. The EG showed significant increases in muscle strength and endurance compared to the CG. The results of this study suggest that a 12-week, 3-day-per-week, 30-min resistance training program is effective for improving muscle strength and endurance in 12-year-old girls.

ఉత్పత్తిదాదలు, విక్రయదాదలు ప్రేమ
పుష్ప వరిరక్షించడం, చర్లకులు, కొడు
కల దాదలమధ్య సౌహార్ద్ర సంబంధాలు



